



R40i U40i
R20 U20

BEDIENUNGSANLEITUNG FAHRRADTRAINER



Lesen Sie vor der Verwendung dieser BEDIENUNGSANLEITUNG die TECHNISCHE ANLEITUNG FAHRRADTRAINER

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE



BEWAHREN SIE DIESE ANLEITUNG SORGFÄLTIG AUF

Bei der Verwendung eines Trainingsgeräts sollten stets einige grundlegende Sicherheitsvorkehrungen eingehalten werden: Lesen Sie vor der Verwendung des Fahrradtrainers alle Anweisungen. Es obliegt dem Besitzer sicherzustellen, dass alle Benutzer des Fahrradtrainers über die Gefahren und Sicherheitsvorkehrungen informiert sind. Wenn Sie Fragen haben, nachdem Sie diese BEDIENUNGSANLEITUNG gelesen haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Vision Fitness Händler.

Dieser Fahrradtrainer ist nur für die private Verwendung zu Hause gedacht. Setzen Sie diesen Fahrradtrainer nicht gewerblich, zur Vermietung, in Schulen oder sonstigen Einrichtungen ein. Bei Nichtbeachtung erlischt der Garantieanspruch.



ACHTUNG

LESEN SIE ALLE ANWEISUNGEN UND BEWAHREN SIE DIESE SORGFÄLTIG AUF, BEVOR SIE DEN FAHRRADTRAINER AUFBAUEN ODER BENUTZEN. FOLGENDE SICHERHEITSVORKEHRUNGEN WERDEN EMPFOHLEN:

- ACHTUNG: Sollten beim Training Brustschmerzen, Übelkeit, Schwindel oder Atemnot auftreten, brechen Sie das Training sofort ab und sprechen Sie vor der Wiederaufnahme mit Ihrem Arzt.
- Verwenden Sie den Fahrradtrainer nur bestimmungsgemäß, wie in dieser Anleitung beschrieben. Verwenden Sie kein anderes als das vom Hersteller empfohlene Zubehör.
- Verwenden Sie den Fahrradtrainer keinesfalls, wenn er nicht einwandfrei funktioniert oder beschädigt wurde. Wenn Sie Unterstützung benötigen, wenden Sie sich bitte an die auf der Rückseite dieser Anleitung angegebenen Adressen.
- Benutzen Sie den Fahrradtrainer nicht ohne geeignetes Schuhwerk. Benutzen Sie den Fahrradtrainer NIEMALS barfuß.
- Tragen Sie keine Kleidung, mit der Sie eventuell an beweglichen Teilen des Fahrradtrainers hängen bleiben könnten.
- Zur Vermeidung von Verletzungen halten Sie Hände und Füße stets von den beweglichen Teilen fern. Betätigen Sie die Pedalkurbeln niemals mit der Hand.
- Steigen Sie erst vom Fahrradtrainer ab, wenn die Pedale vollkommen STILL stehen.
- Versuchen Sie nicht im Stehen mit hoher Drehzahl zu fahren, ehe Sie dies mit langsamerer Geschwindigkeit geübt haben.
- Führen Sie keine Gegenstände, Hände oder Füße in die Öffnungen des Geräts ein und halten Sie Hände, Arme und Füße vom Antriebsmechanismus und anderen möglicherweise beweglichen Teilen des Fahrradtrainers fern.
- Verwenden Sie NIEMALS ein Gerät, das Schäden oder abgenutzte oder kaputte Teile aufweist. Verwenden Sie nur Ersatzteile von zugelassenen Wartungstechnikern.
- Nicht in Räumen verwenden, in denen Aerosole/Aerosolsprays eingesetzt werden oder Sauerstoff verabreicht wird.
- Sind bei der Verwendung des Geräts Kinder in der Nähe, so sind diese sorgfältig zu beaufsichtigen.
- Kinder und Haustiere sollten während der Verwendung des Fahrradtrainers mindestens 3 Meter Abstand zum Gerät einhalten.
- Stellen Sie sicher, dass die Einstellhebel (Längsverstellung von Sattel und Armstange) richtig fixiert sind und ändern Sie den Bewegungsradius während des Trainings nicht.



AUFBAU

ACHTUNG

Es gibt einige Bereiche, denen beim Aufbau besondere Beachtung zu schenken ist. Es ist sehr wichtig, dass Sie die Aufbauanweisungen korrekt befolgen und den Festsitz aller Teile sicherstellen. Wenn die Aufbauanweisungen nicht korrekt befolgt werden, kann es sein, dass Rahmenteile des Fahrradtrainers nicht fest sitzen, locker erscheinen und störende Geräusche verursachen. Zur Vermeidung von Schäden am Fahrradtrainer müssen die Aufbauanweisungen erneut durchgegangen und eventuelle Fehler behoben werden.

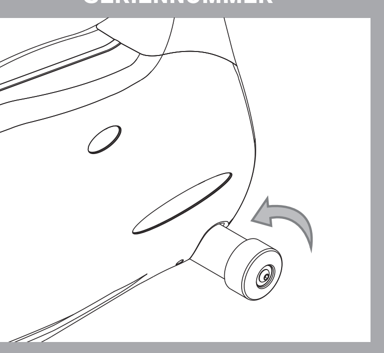
Bevor Sie fortfahren, machen Sie die Seriennummer Ihres Fahrradtrainers auf dem weißen Barcode-Aufkleber unten an der Vorderseite des Fahrradtrainers ausfindig, wie auf dem Bild dargestellt.

TRAGEN SIE IHRE SERIENNUMMER UND DIE MODELLBEZEICHNUNG IN DIE NACHFOLGENDEN FELDER EIN:

SERIENNUMMER: ____________________

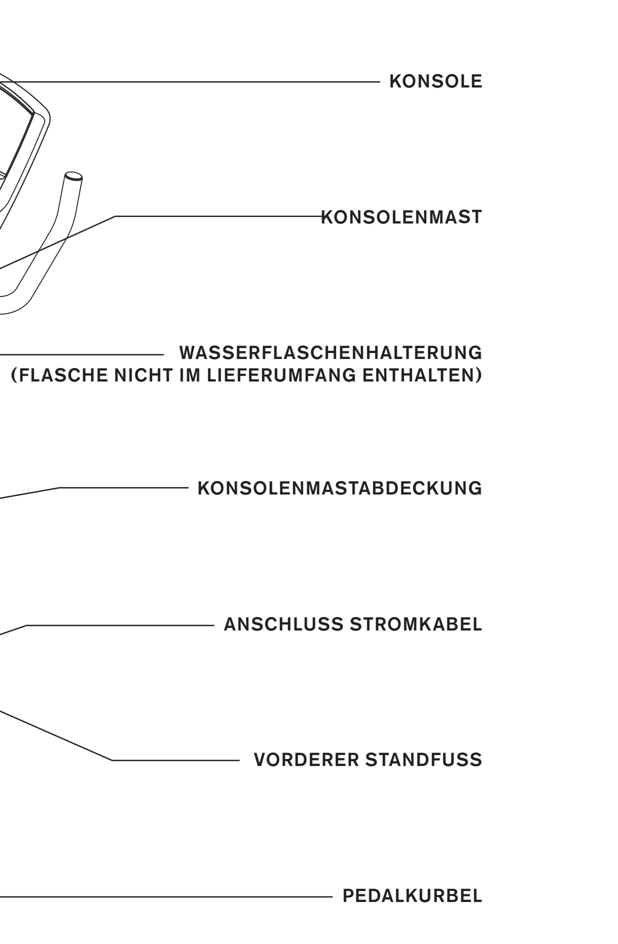
MODELLBEZEICHNUNG: **VISION FITNESS** ______ **FAHRRADTRAINER**

ANBRINGUNGSORT DER SERIENNUMMER



⚠ACHTUNG

Konsultieren Sie einen Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen. Bei unsachgemäßem Gebrauch kann es zu ernsthaften Verletzungen kommen. Herzfrequenzüberwachungssysteme können ungenau sein. Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen. Beenden Sie Ihr Training, wenn Sie Schmerzen, Übelkeit, Schwindel oder Atemnot verspüren. Lesen Sie vor der Erstbenutzung die Bedienungsanleitung. Halten Sie Kinder vom Trainingsgerät fern. Nur für den Heimgebrauch.



⚠ACHTUNG

Konsultieren Sie einen Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen. Bei unsachgemäßem Gebrauch kann es zu ernsthaften Verletzungen kommen. Herzfrequenzüberwachungssysteme können ungenau sein. Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen. Beenden Sie Ihr Training, wenn Sie Schmerzen, Übelkeit, Schwindel oder Atemnot verspüren. Lesen Sie vor der Erstbenutzung die Bedienungsanleitung. Halten Sie Kinder vom Trainingsgerät fern. Nur für den Heimgebrauch.

ARMSTANGEN MIT HANDPULSGRIFFEN
SATTEL
SATTELSTÜTZE
FESTSTELLKNOPF FÜR SATTELHÖHE
PEDALKURBEL
PEDALE
HINTERER STANDFUSS
KONSOLE
KONSOLENMAST
WASSERFLASCHENHALTERUNG
(FLASCHE NICHT IM LIEFERUMFANG ENTHALTEN)
KONSOLENMASTABDECKUNG
ANSCHLUSS STROMKABEL
VORDERER STANDFUSS
FAHRRADTRAINER RAHMEN

R20

KONSOLENMAST-ARMSTANGEN

WASSERFLASCHENHALTERUNG
(FLASCHE NICHT IM LIEFERUMFANG ENTHALTEN)

⚠ACHTUNG

Konsultieren Sie einen Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen. Bei unsachgemäßem Gebrauch kann es zu ernsthaften Verletzungen kommen. Herzfrequenzüberwachungssysteme können ungenau sein. Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen. Beenden Sie Ihr Training, wenn Sie Schmerzen, Übelkeit, Schwindel oder Atemnot verspüren. Lesen Sie vor der Erstbenutzung die Bedienungsanleitung. Halten Sie Kinder vom Trainingsgerät fern. Nur für den Heimgebrauch.

MESH-RÜCKENLEHNE

SITZFLÄCHE

⚠ ACHTUNG

HALTEN SIE HÄNDE UND FÜSSE VON BEWEGLICHEN TEILEN FERN.

EINSTELLHEBEL FÜR SITZPOSITION

KONSOLE

KONSOLENMAST

KONSOLENMASTABDECKUNG

PEDALKURBEL

PEDALE

ANSCHLUSS STROMKABEL

VORDERER STANDFUSS

ARMSTANGEN MIT PULSGRIFFEN

HINTERER STANDFUSS



R40i

KONSOLENMAST-ARMSTANGEN

WASSERFLASCHENHALTERUNG
(FLASCHE NICHT IM LIEFERUMFANG ENTHALTEN)

⚠ACHTUNG

Konsultieren Sie einen Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen. Bei unsachgemäßem Gebrauch kann es zu ernsthaften Verletzungen kommen. Herzfrequenzüberwachungssysteme können ungenau sein. Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen. Beenden Sie Ihr Training, wenn Sie Schmerzen, Übelkeit, Schwindel oder Atemnot verspüren. Lesen Sie vor der Erstbenutzung die Bedienungsanleitung. Halten Sie Kinder vom Trainingsgerät fern. Nur für den Heimgebrauch.

MESH-RÜCKENLEHNE

SITZFLÄCHE

⚠ ACHTUNG

HALTEN SIE HÄNDE UND FÜSSE VON BEWEGLICHEN TEILEN FERN.

EINSTELLHEBEL FÜR SITZPOSITION

KONSOLE

KONSOLENMAST

KONSOLENMASTABDECKUNG

PEDALKURBEL

PEDALE

ANSCHLUSS STROMKABEL

VORDERER STANDFUSS

ARMSTANGEN MIT PULSGRIFFEN

HINTERER STANDFUSS





ALLE MODELLE

BEILIEGENDES WERKZEUG:

- ☐ 15/17 mm Gabelschlüssel
- ☐ 4 mm Inbusschlüssel (L-Form), (U20/R20/R40i)
- ☐ 5 mm Inbusschlüssel (T-Form)
- ☐ Schraubendreher
- ☐ 5 mm Inbusschlüssel (L-Form)
- ☐ 14/17 mm Gabelschlüssel (U20/U40i)

U20 & U40i BEILIEGENDE TEILE:

- ☐ 1 Fahrradtrainer-Rahmen
- ☐ 1 Hinterer Standfuß
- ☐ 1 Vorderer Standfuß (nur U20)
- ☐ 1 Konsolenmast
- ☐ 1 Konsolenmastabdeckung
- ☐ 1 Armstange mit Handpulsgriffen
- ☐ 1 Wasserflaschenhalterung
- ☐ 1 Sattelstütze
- ☐ 1 Sattel
- ☐ 1 Feststellknopf Sattelhöhe
- ☐ 2 Pedale mit Schlaufen
- ☐ 1 Netzkabel
- ☐ 1 Paket Befestigungsmaterial

☎ SIE BENÖTIGEN HILFE?

Bei Fragen oder fehlenden Teilen, wenden Sie sich bitte an Ihren Vision Fitness-Händler.

R20 & R40i BEILIEGENDE TEILE:

- ☐ 1 Fahrradtrainer-Rahmen
- ☐ 1 Hinterer Standfuß
- ☐ 1 Sitzfläche
- ☐ 1 Sitzflächen-Rahmen (nur R40i)
- ☐ 1 Mesh-Rückenlehne
- ☐ 1 Sitz-Armstange
- ☐ 1 Sitzrahmen
- ☐ 1 Set Innen-/Außenabdeckung Rückenlehne (nur R20)
- ☐ 1 Konsolenmast
- ☐ 1 Konsolenmastabdeckung
- ☐ 1 Armstange Konsole
- ☐ 1 Wasserflaschenhalterung
- ☐ 2 Pedale mit Schlaufen
- ☐ 1 Netzkabel
- ☐ 1 Paket Befestigungsmaterial

VOR DEM AUFBAU

AUSPACKEN

Packen Sie das Gerät dort aus, wo Sie es nutzen möchten. Stellen Sie den Karton auf eine flache und ebene Oberfläche. Eine Schutzabdeckung für den Boden ist empfehlenswert. Den Karton keinesfalls öffnen, wenn er auf der Seite liegt.

HINWEIS: Stellen Sie bei jedem Aufbauschritt sicher, dass ALLE Muttern und Schrauben angebracht und leicht angezogen wurden, ehe sie EINE Schraube komplett festziehen.

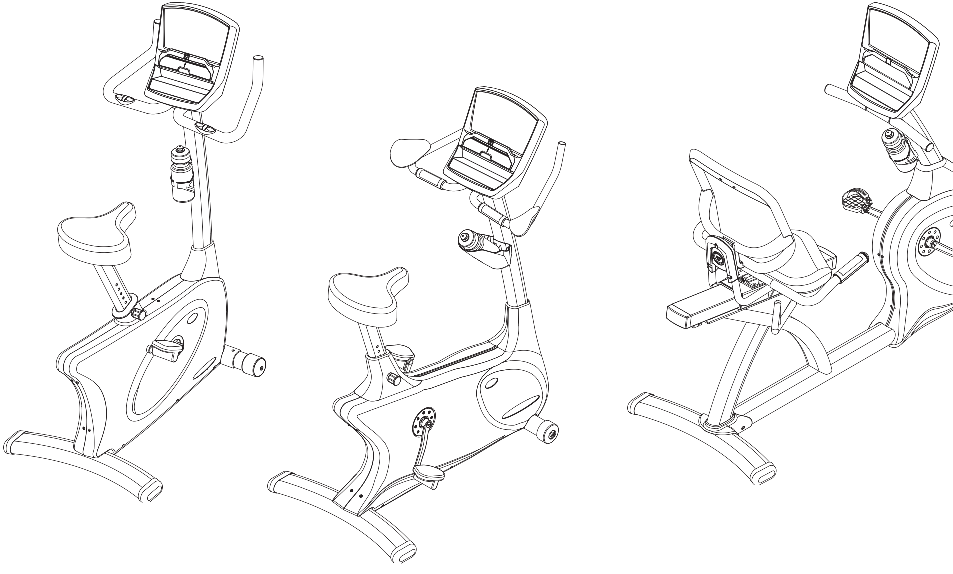
HINWEIS: Etwas Schmierfett kann bei der Anbringung der Befestigungselemente hilfreich sein. Empfehlenswert ist jede Art von Schmierfett, wie Lithium-Schmierfett für Fahrräder.

HINWEIS: Wir empfehlen, den Aufbau des Fahrradtrainers mit zwei Personen durchzuführen, da dies den Vorgang vereinfacht und effizienter gestaltet.

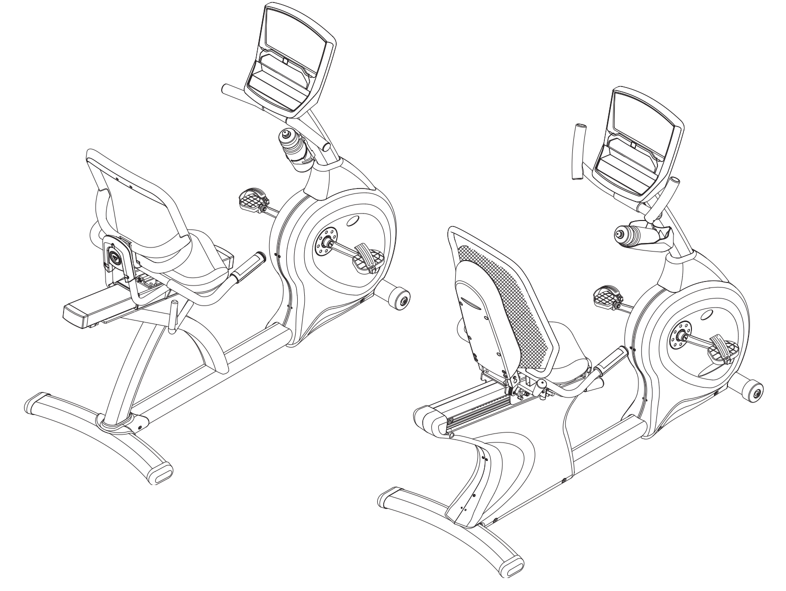
AUFBAU



U20 & U40i SEITE 12



R20 & R40i SEITE 17



U20 & U40i AUFBAUSCHRITT 1:

U20 & U40i MODELLE

FAHRRADTRAINER-RAHMEN
FEDERRINGSCHEIBEN (C)
SCHRAUBEN (A)
SCHRAUBEN (B)
HINTERER STANDFUSS

NUR U20

VORDERER STANDFUSS
SCHRAUBE (D)
GEBOGENE UNTERLEGSCHEIBE (F)
FEDERRINGSCHEIBE (E)

SCHRAUBENTÜTE FÜR SCHRITT 1:	NUR U20:
SCHRAUBE (A) 25 mm Anzahl: 2	SCHRAUBE (D) 20 mm Anzahl: 2
SCHRAUBE (B) 70 mm Anzahl: 2	FEDERRING-SCHEIBE (E) 13,5 mm Anzahl: 2
FEDERRING-SCHEIBE (C) 15,4 mm Anzahl: 4	GEBOGENE UNTERLEG-SCHEIBE (F) 18 mm Anzahl: 2

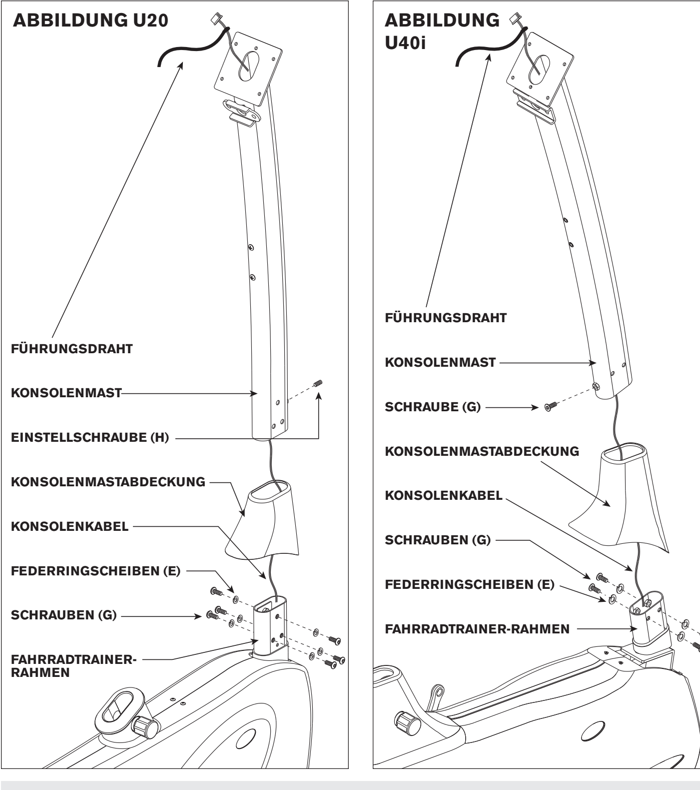
A Öffnen Sie die **SCHRAUBENTÜTE FÜR SCHRITT 1**.

B Befestigen Sie den **HINTEREN STANDFUSS** mit 2 **SCHRAUBEN (A)**, 2 **SCHRAUBEN (B)** und 4 **FEDERRINGSCHEIBEN (C)** am **FAHRRADTRAINER-RAHMEN**.

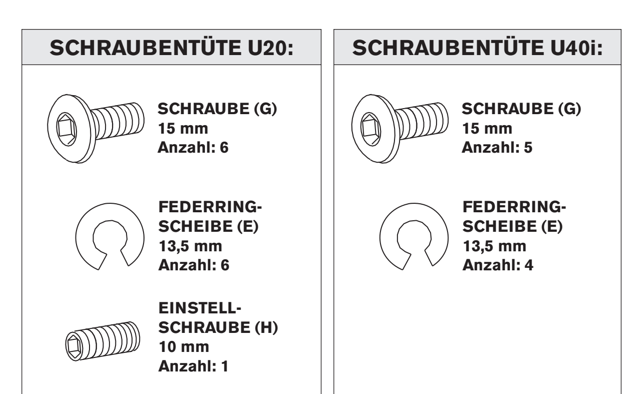
C NUR U20: Befestigen Sie den **VORDEREN STANDFUSS** mit 2 **SCHRAUBEN (D)**, 2 **FEDERRINGSCHEIBEN (E)** und 2 **GEBOGENEN UNTERLEGSCHEIBEN (F)** am **FAHRRADTRAINER-RAHMEN**.

U20
U40i

U20 & U40i AUFBAUSCHRITT 2:



HINWEIS: Achten Sie bei der Befestigung des Konsolenmastes darauf, keine Kabel einzuklemmen.



SCHRAUBENTÜTE U20:	SCHRAUBENTÜTE U40i:
SCHRAUBE (G) 15 mm Anzahl: 6	SCHRAUBE (G) 15 mm Anzahl: 5
FEDERRING-SCHEIBE (E) 13,5 mm Anzahl: 6	FEDERRING-SCHEIBE (E) 13,5 mm Anzahl: 4
EINSTELL-SCHRAUBE (H) 10 mm Anzahl: 1	

A Öffnen Sie die **SCHRAUBENTÜTE FÜR SCHRITT 2**.

B Schieben Sie die **KONSOLENMASTABDECKUNG** von unten am **KONSOLENMAST** hoch.

C Verbinden Sie den **FÜHRUNGSDRAHT** mit dem **KONSOLENKABEL** und ziehen Sie es durch den **KONSOLENMAST**. Schieben Sie den **KONSOLENMAST** in den **FAHRRADTRAINER-RAHMEN**.

D NUR U20: Befestigen Sie den **KONSOLENMAST** mit 6 **SCHRAUBEN (G)**, 6 **FEDERRINGSCHEIBEN (E)** und 1 **EINSTELLSCHRAUBE (H)** am **FAHRRADTRAINER-RAHMEN**.

E NUR U40i: Befestigen Sie den **KONSOLENMAST** mit 5 **SCHRAUBEN (G)**: und 4 **FEDERRINGSCHEIBEN (E)** am **FAHRRADTRAINER-RAHMEN**.

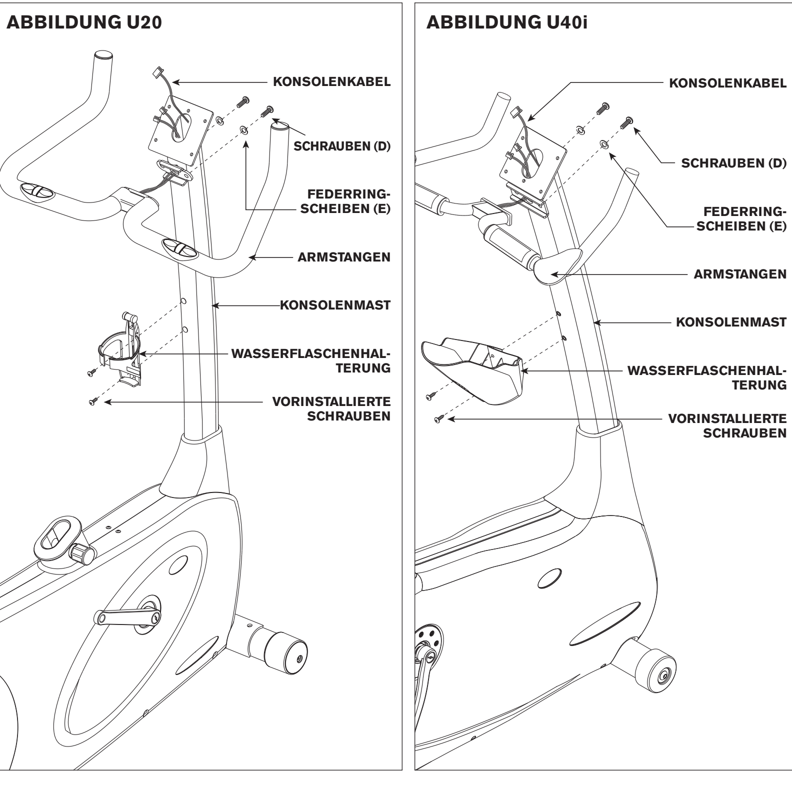
F Schieben Sie die **KONSOLENMASTABDECKUNG** nach unten über den **FAHRRADTRAINER-RAHMEN**.



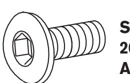
U20
U40i

U20 & **U40i** AUFBAUSCHRITT **3**

U20
U40i



SCHRAUBENTÜTE FÜR SCHRITT 3:



SCHRAUBE (D)
20 mm
Anzahl: 2



FEDERRING-SCHEIBE (E)
13,5 mm
Anzahl: 2

A Öffnen Sie die **SCHRAUBENTÜTE FÜR SCHRITT 3**.

B Führen Sie die **ARMSTANGENKABEL** durch das Loch im **KONSOLENMAST** und aus dem oberen Ende des **KONSOLENMASTES** heraus.

C Befestigen Sie die **ARMSTANGEN** mit 2 **SCHRAUBEN (D)** und 2 **FEDERRINGSCHEIBEN (E)** am **KONSOLENMAST**.

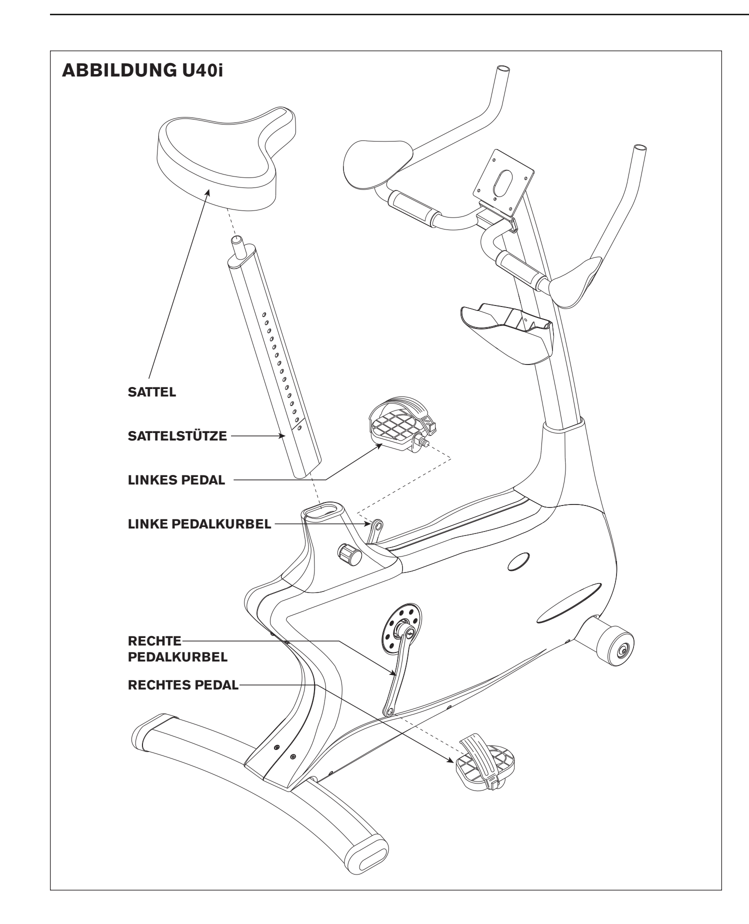
D Befestigen Sie die **WASSERFLASCHENHALTERUNG** mit den 2 **VORINSTALLIERTEN SCHRAUBEN** am **KONSOLENMAST**.

HINWEIS: Achten Sie beim Befestigen der Armstangen darauf keine Kabel einzuklemmen.



U20 & **U40i** AUFBAUSCHRITT **4**

U20
U40i



HINWEIS: Für diesen Schritt wird kein Befestigungsmaterial benötigt.

A Befestigen Sie den **SATTEL** mit Hilfe der Sattelklemme auf der Unterseite des **SATTELS** an der **SATTELSTÜTZE** und ziehen Sie diese mit dem beiliegenden 14 mm/17 mm Gabelschlüssel fest.

B Ziehen Sie den **FESTSTELLKNOPF FÜR DIE SATTELHÖHE** nach außen, während Sie die **SATTELSTÜTZE** in den **FAHRRADTRAINER-RAHMEN** schieben. (HINWEIS: Es kann sein, dass Sie den **FESTSTELLKNOPF FÜR DIE SATTELHÖHE** nach links drehen müssen, damit die **SATTELSTÜTZE** in den **FAHRRADTRAINER-RAHMEN** gleiten kann.) Drehen Sie den **FESTSTELLKNOPF FÜR DIE SATTELHÖHE** nach rechts, um ihn zu sichern.

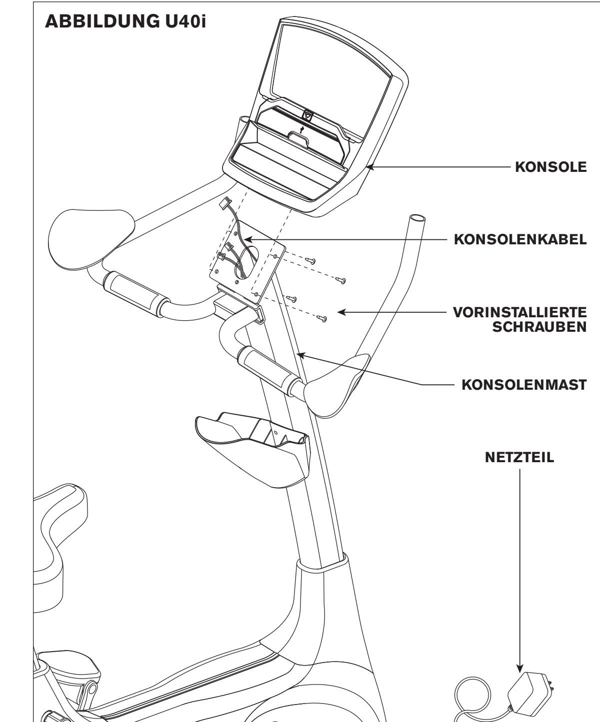
C Befestigen Sie die **PEDALSCHLAUFE** am **RECHTEN PEDAL**. Befestigen Sie das **RECHTE PEDAL** an der **RECHTEN PEDALKURBEL** und ziehen Sie es mit dem beiliegenden 15 mm/17 mm Gabelschlüssel **IM UHRZEIGERSINN** fest.

D Befestigen Sie die **PEDALSCHLAUFE** am **LINKEN PEDAL**. Befestigen Sie das **LINKE PEDAL** an der **LINKEN PEDALKURBEL** und ziehen Sie es mit dem beiliegenden 15 mm/17 mm Gabelschlüssel **GEGEN DEN UHRZEIGERSINN** fest. (HINWEIS: Die linke Pedalkurbel besitzt ein umgekehrtes Gewinde. Deshalb ist es wichtig, dass das Pedal gegen den Uhrzeigersinn festgezogen wird. Wenn Sie in die entgegengesetzte Richtung drehen, können das Pedal und/oder die Pedalkurbel beschädigt werden.)



U20
U40i

U20 & U40i AUFBAUSCHRITT 5



HINWEIS: Alle Befestigungsmaterialien sind vorinstalliert.

A Schließen Sie die **KONSOLENKABEL** an und stecken Sie die **KONSOLENKABEL** vorsichtig in den **KONSOLENMAST**.

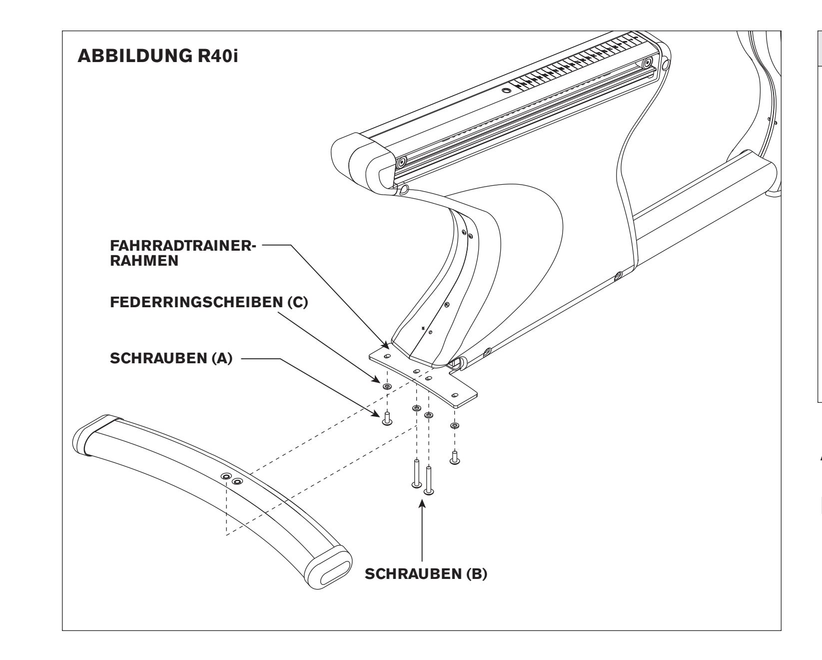
B Befestigen Sie die **KONSOLE** mit den 4 **VORINSTALLIERTEN SCHRAUBEN** am **KONSOLENMAST**.

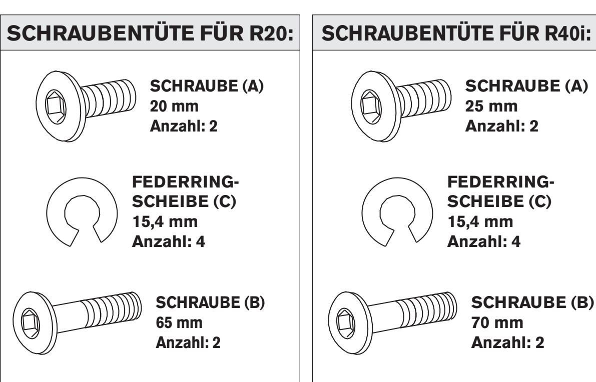
C Schließen Sie das **NETZTEIL** wie in der Abbildung gezeigt an.

HINWEIS: Achten Sie beim Befestigen der Konsole darauf, keine Kabel einzuklemmen.

U20 & U40i AUFBAU ABGESCHLOSSEN!

R20 & R40i AUFBAUSCHRITT 1





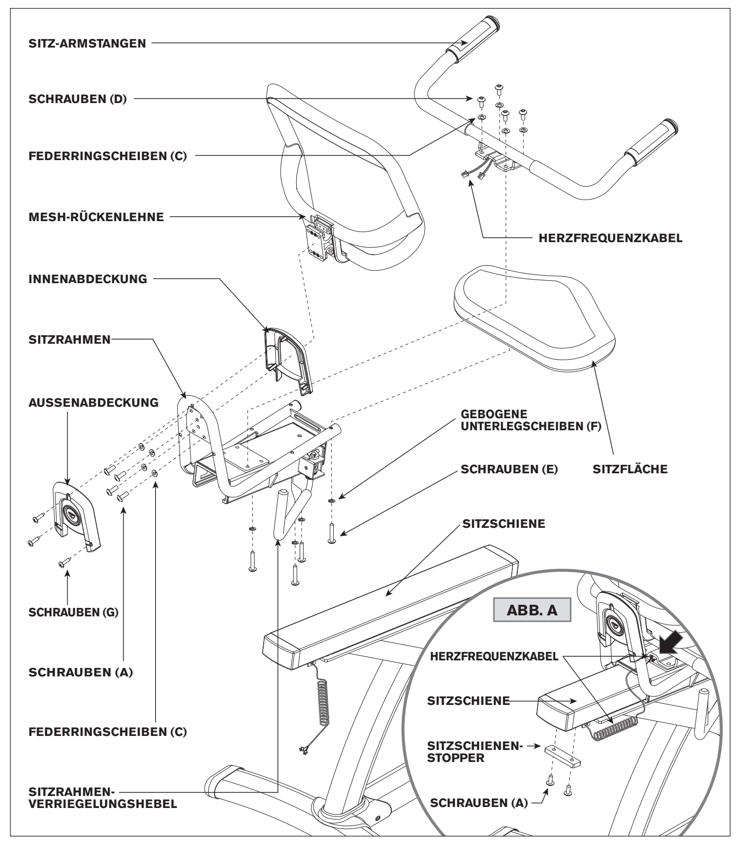
A Öffnen Sie die **SCHRAUBENTÜTE FÜR SCHRITT 1**.

B Befestigen Sie den **HINTEREN STANDFUSS** mit 2 **SCHRAUBEN (A)** und 2 **FEDERRINGSCHEIBEN (C)** an den äußeren Löchern und mit 2 **SCHRAUBEN (B)** und 2 **FEDERRINGSCHEIBEN (C)** an den inneren Löchern am **FAHRRADTRAINER-RAHMEN**.

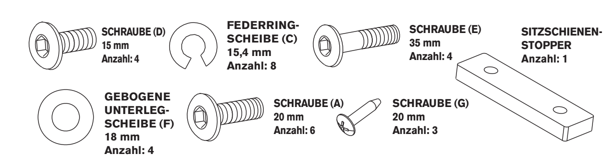


R20
R40i

R20 AUFBAUSCHRITT 2



SCHRAUBENTÜTE FÜR SCHRITT 2:



A Öffnen Sie die **SCHRAUBENTÜTE FÜR SCHRITT 2.**

B Befestigen Sie die **SITZ-ARMSTANGEN** mit 4 **SCHRAUBEN (D)** und 4 **FEDERRINGSCHEIBEN (C)** am **SITZRAHMEN**.

C Befestigen Sie die **SITZFLÄCHE** mit 4 **SCHRAUBEN (E)** und 4 **GEBOGENEN UNTERLEGSCHEIBEN (F)** am **SITZRAHMEN.**

D Stecken Sie die **INNENABDECKUNG** auf die **MESH-RÜCKENLEHNE** und befestigen Sie die **MESH-RÜCKENLEHNE** mit 4 **SCHRAUBEN (A)** und 4 **FEDERRINGSCHEIBEN (C)** am **SITZRAHMEN.**

E Befestigen Sie die **AUSSENABDECKUNG** mit 3 **SCHRAUBEN (G)** an **SITZRAHMEN** und **INNENABDECKUNG.**

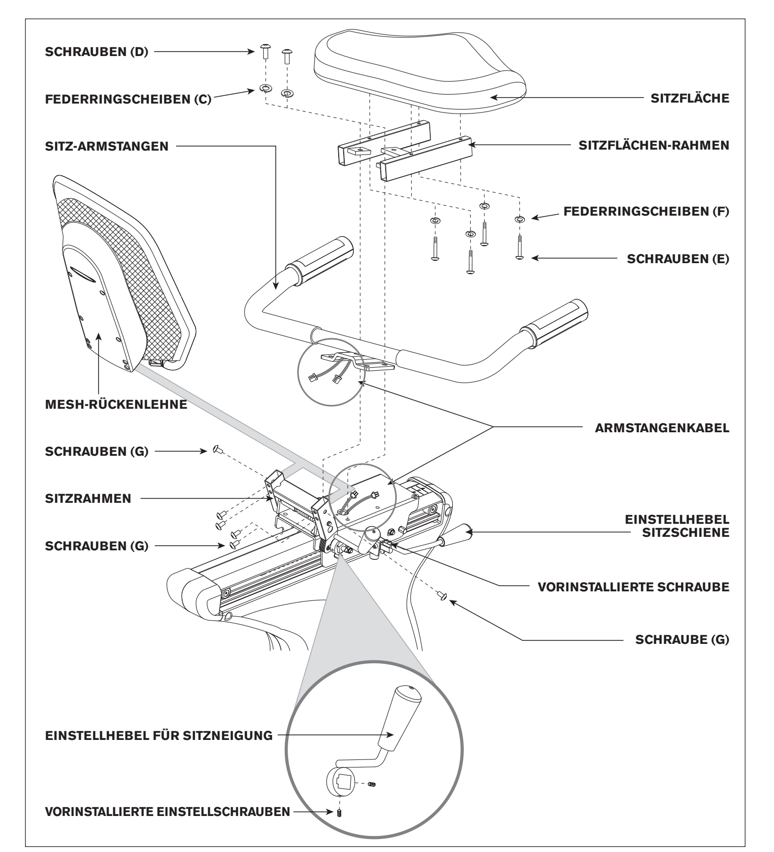
F Drücken Sie den **SITZRAHMEN-VERRIEGELUNGSHEBEL** nach vorne und schieben Sie den **SITZRAHMEN** von hinten auf die **SITZSCHIENE.**

G Verbinden Sie die **HERZFREQUENZKABEL** in den **SITZ-ARMSTANGEN** mit den **HERZFREQUENZKABELN**, die aus der **SITZSCHIENE (ABB. A)** kommen.

H Befestigen Sie den **SITZSCHIENEN-STOPPER (ABB. A)** mit 2 **SCHRAUBEN (A)** an der **SITZSCHIENE.**



R40i AUFBAUSCHRITT 2



SCHRAUBENTÜTE FÜR SCHRITT 2:

SCHRAUBE (D) 20 mm Anzahl: 6
FEDERRING-SCHEIBE (C) 15,4 mm Anzahl: 6
SCHRAUBE (E) 55 mm Anzahl: 4
FEDERRING-SCHEIBE (F) 12,2 mm Anzahl: 4
SCHRAUBE (G) 12 mm Anzahl: 6

A Öffnen Sie die **SCHRAUBENTÜTE FÜR SCHRITT 2.**

B Lösen Sie die **VORINSTALLIERTE SCHRAUBE** aus dem vorderen Loch des **EINSTELLHEBELS DER SITZSCHIENE.** Drehen Sie den Hebel so, dass er in einer Linie mit der Halterung ist. Setzen Sie die **VORINSTALLIERTE SCHRAUBE** wieder ein und ziehen Sie beide Schrauben fest.

C Verbinden Sie die **HERZFREQUENZKABEL DER SITZ-ARMSTANGE** mit den **HERZFREQUENZKABELN DES SITZRAHMENS.** Befestigen Sie die **SITZ-ARMSTANGEN** mit 2 **SCHRAUBEN (D)** und 2 **FEDERRINGSCHEIBEN (C)** an den hinteren Löchern am **SITZRAHMEN.**

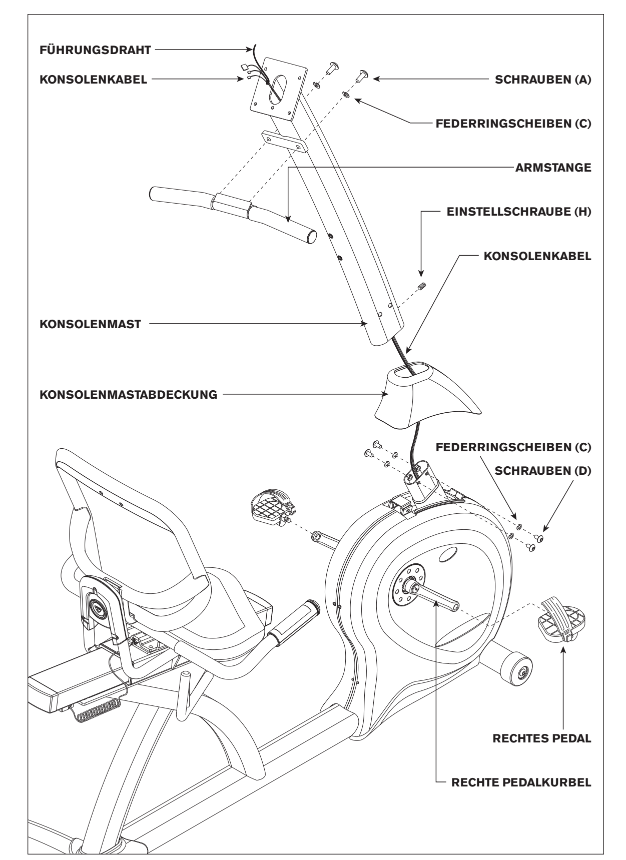
D Setzen Sie den **SITZFLÄCHEN-RAHMEN** so auf den Haupt-**SITZRAHMEN**, dass die hinteren Löcher mit den vorderen Löchern der **SITZ-ARMSTANGE** übereinstimmen. Befestigen Sie ihn mit 4 **SCHRAUBEN (E)** und 4 **FEDERRINGSCHEIBEN (F).**

E Befestigen Sie die **SITZFLÄCHE** mit 4 **SCHRAUBEN (D)** und 4 **FEDERRINGSCHEIBEN (F)** am **SITZFLÄCHEN-RAHMEN.**

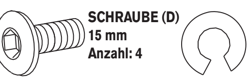
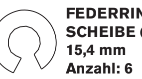
F Schieben Sie den **EINSTELLHEBEL FÜR DIE SITZNEIGUNG** über den **SITZRAHMEN** und achten Sie darauf, dass der **EINSTELLHEBEL FÜR DIE SITZNEIGUNG** nach oben zeigt. Ziehen Sie die beiden **EINSTELLSCHRAUBEN** in der **HALTERUNG DES EINSTELLHEBELS FÜR DIE SITZNEIGUNG** fest.

G Befestigen Sie die **MESH-RÜCKENLEHNE** mit 6 **SCHRAUBEN (G)** am **SITZRAHMEN.**

R20 AUFBAUSCHRITT 3



SCHRAUBENTÜTE FÜR SCHRITT 3:



SCHRAUBE (D) 15 mm Anzahl: 4

FEDERRING-SCHEIBE (C) 15,4 mm Anzahl: 6

SCHRAUBE (A) 20 mm Anzahl: 2

EINSTELL-SCHRAUBE (H) 10 mm Anzahl: 1

A Öffnen Sie die **SCHRAUBENTÜTE FÜR SCHRITT 3**.

B Schieben Sie die **KONSOLENMASTABDECKUNG** von unten am **KONSOLENMAST** hoch.

C Verbinden Sie die **KONSOLENKABEL** aus dem **FAHRRADTRAINER-RAHMEN** mit dem **FÜHRUNGSDRAHT** im unteren Ende des **KONSOLENMASTES** und ziehen Sie den **FÜHRUNGSDRAHT** vorsichtig durch den **KONSOLENMAST**, bis die **KONSOLENKABEL** am oberen Ende des Mastes herauskommen.

D Schieben Sie den **KONSOLENMAST** auf den **FAHRRADTRAINER-RAHMEN**. Entfernen und entsorgen Sie den **FÜHRUNGSDRAHT**.

E Befestigen Sie den Konsolenmast mit 4 **SCHRAUBEN (D)**, 4 **FEDERRINGSCHEIBEN (C)** und 1 **EINSTELLSCHRAUBE (H)** am Fahrradtrainer-Rahmen und schieben Sie die **KONSOLENMASTABDECKUNG** nach unten über den **FAHRRADTRAINER-RAHMEN**.

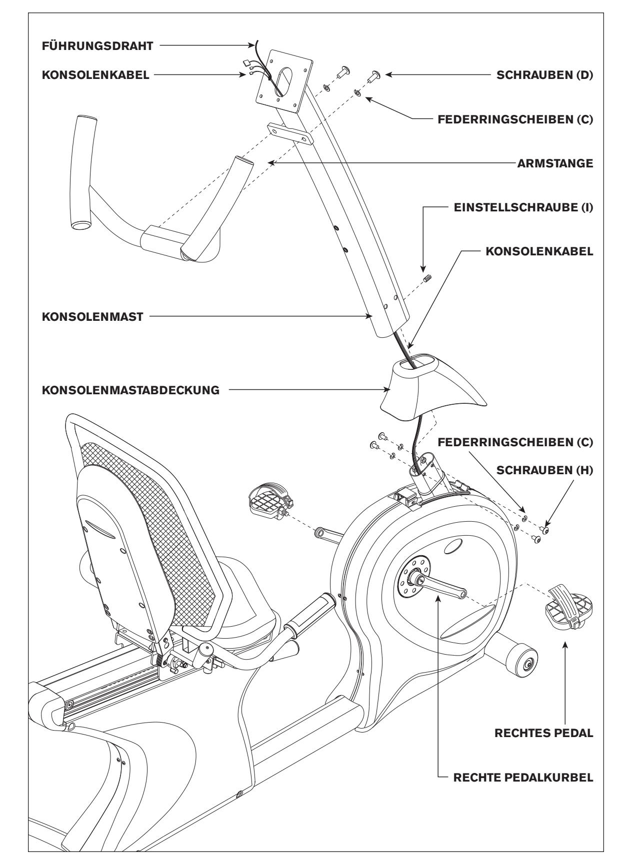
F Befestigen Sie die **KONSOLEN-ARMSTANGE** mit 2 **SCHRAUBEN (A)** und 2 **FEDERRINGSCHEIBEN (C)** am **KONSOLENMAST**.

G Befestigen Sie die **PEDALSCHLAUFE** am **RECHTEN PEDAL**. Befestigen Sie das **RECHTE PEDAL** an der **RECHTEN PEDALKURBEL** und ziehen Sie es mit dem beiliegenden 15 mm/17 mm Gabelschlüssel **IM UHRZEIGERSINN** fest.

H Befestigen Sie die **PEDALSCHLAUFE** am **LINKEN PEDAL**. Befestigen Sie das **LINKE PEDAL** an der **LINKEN PEDALKURBEL** und ziehen Sie es mit dem beiliegenden 15 mm/17 mm Gabelschlüssel **GEGEN DEN UHRZEIGERSINN** fest. (HINWEIS: Die linke Pedalkurbel besitzt ein umgekehrtes Gewinde. Deshalb ist es wichtig, dass das Pedal gegen den Uhrzeigersinn festgezogen wird. Wenn Sie in die entgegengesetzte Richtung drehen, können das Pedal und/oder die Pedalkurbel beschädigt werden.)



R40i AUFBAUSCHRITT 3



SCHRAUBENTÜTE FÜR SCHRITT 3:







SCHRAUBE (H) 15 mm Anzahl: 4

FEDERRING-SCHEIBE (C) 15,4 mm Anzahl: 6

SCHRAUBE (D) 20 mm Anzahl: 2

EINSTELL-SCHRAUBE (I) 10 mm Anzahl: 1

A Öffnen Sie die **SCHRAUBENTÜTE FÜR SCHRITT 3**.

B Schieben Sie die **KONSOLENMASTABDECKUNG** von unten am **KONSOLENMAST** hoch.

C Verbinden Sie die **KONSOLENKABEL** aus dem **FAHRRADTRAINER-RAHMEN** mit dem **FÜHRUNGSDRAHT** im unteren Ende des **KONSOLENMASTES** und ziehen Sie den **FÜHRUNGSDRAHT** vorsichtig durch den **KONSOLENMAST**, bis die **KONSOLENKABEL** am oberen Ende des Mastes herauskommen.

D Stecken Sie alle Kabel vorsichtig in den **FAHRRADTRAINER-RAHMEN** und schieben Sie den **KONSOLENMAST** auf den **FAHRRADTRAINER-RAHMEN**. Entfernen und entsorgen Sie den **FÜHRUNGSDRAHT**.

E Befestigen Sie den Konsolenmast mit 4 **SCHRAUBEN (D)**, 4 **FEDERRINGSCHEIBEN (C)** und 1 **EINSTELLSCHRAUBE (H)** am Fahrradtrainer-Rahmen und schieben Sie die **KONSOLENMASTABDECKUNG** nach unten über den Fahrradtrainer-Rahmen.

F Befestigen Sie die **KONSOLEN-ARMSTANGE** mit 2 **SCHRAUBEN (D)** und 2 **FEDERRINGSCHEIBEN (C)** am **KONSOLENMAST**.

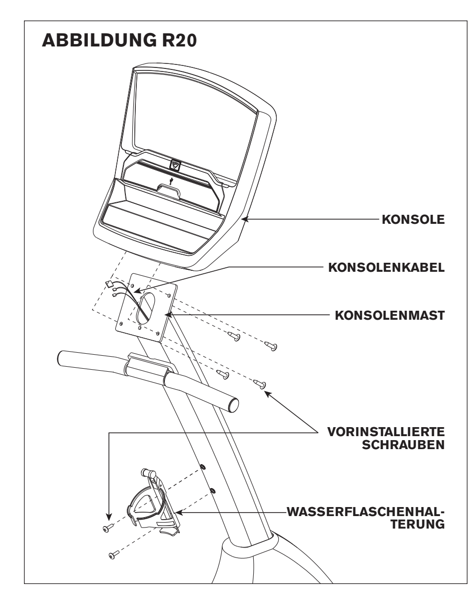
G Befestigen Sie die **PEDALSCHLAUFE** am **RECHTEN PEDAL**. Befestigen Sie das **RECHTE PEDAL** an der **RECHTEN PEDALKURBEL** und ziehen Sie es mit dem beiliegenden 15 mm/17 mm Gabelschlüssel **IM UHRZEIGERSINN** fest.

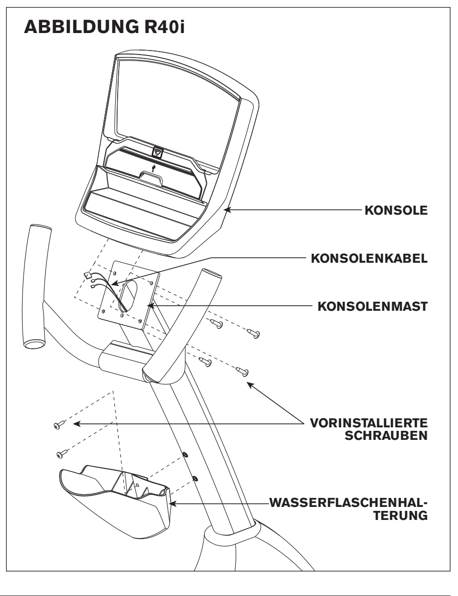
H Befestigen Sie die **PEDALSCHLAUFE** am **LINKEN PEDAL**. Befestigen Sie das **LINKE PEDAL** an der **LINKEN PEDALKURBEL** und ziehen Sie es mit dem beiliegenden 15 mm/17 mm Gabelschlüssel **GEGEN DEN UHRZEIGERSINN** fest. (HINWEIS: Die linke Pedalkurbel besitzt ein umgekehrtes Gewinde. Deshalb ist es wichtig, dass das Pedal gegen den Uhrzeigersinn festgezogen wird. Wenn Sie in die entgegengesetzte Richtung drehen, können das Pedal und/oder die Pedalkurbel beschädigt werden.)

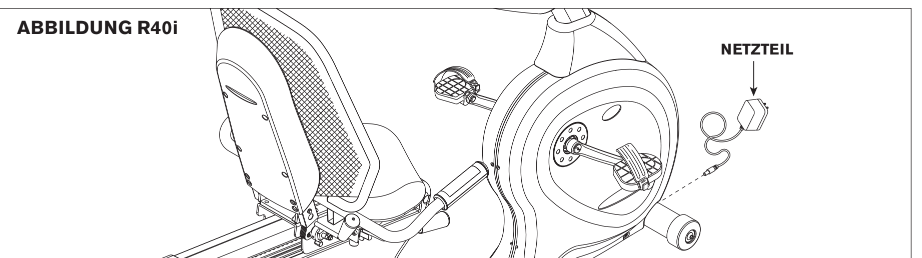


R20
R40i

R20 & R40i AUFBAUSCHRITT 4







A Lösen Sie die **VORINSTALLIERTEN SCHRAUBEN** aus der **KONSOLE** und dem **KONSOLENMAST**.

B Schließen Sie die **KONSOLENKABEL** an und stecken Sie die **KONSOLENKABEL** vorsichtig in den **KONSOLENMAST**.

C Befestigen Sie die **KONSOLE** mit den 4 **VORINSTALLIERTEN SCHRAUBEN** am **KONSOLENMAST**.

HINWEIS: Achten Sie beim Befestigen der Konsole darauf, keine Kabel einzuklemmen.

D Befestigen Sie die **WASSERFLASCHENHALTERUNG** mit den 2 **VORINSTALLIERTEN SCHRAUBEN** am **KONSOLENMAST**.

E Schließen Sie das **NETZTEIL** an.

R20 & R40i AUFBAU ABGESCHLOSSEN!

GARANTIEBESTIMMUNGEN



ZULÄSSIGES HÖCHSTGEWICHT:

R20 & U20 = 136 kg (300 lbs)
R40i & U40i = 148 kg (325 lbs)

Alle Hinweise zu unseren Garantiebestimmungen finden Sie auf der Garantie- und Service-Karte. Sollte diese fehlen, fordern Sie diese bitte unter der Rufnummer 02234-9997-100 an.



FAHRRADTRAINER BEDIENUNG



Lesen Sie die TECHNISCHE ANLEITUNG FAHRRADTRAINER für Anweisungen zu folgenden Themen:

- **AUFSTELLEN DES FAHRRADTRAINERS**
- **STROMVERSORGUNGS-/ ERDUNGS-ANWEISUNGEN**
- **POSITIONSEINSTELLUNG DES SATTELS**
- **BEWEGEN DES FAHRRADTRAINERS**
- **NIVEAUAUSGLEICH DES FAHRRADTRAINERS**
- **VERWENDEN DER HERZFREQUENZ-FUNKTION**

Lesen Sie die BEDIENUNGSANLEITUNG KONSOLE für Anweisungen zu folgenden Themen:

- **BEDIENUNG DER KONSOLE**
- **ANZEIGEINFORMATIONEN DER KONSOLE**
- **PROGRAMMINFORMATION:**
- **NIKE + IPOD BETRIEB**
- **PASSPORT MEDIA PLAYER INFORMATIONEN**

DE: Entsorgungshinweis

Vision Fitness - Produkte sind recyclebar. Führen Sie das Gerät am Ende der Nutzungsdauer einer sachgerechten Entsorgung zu (örtliche Sammelstelle).

GB: Waste Disposal

Vision Fitness products are recyclable. At the end of its useful life please dispose of this article correctly and safely (local refuse sites).

FR: Remarque relative à la gestion des déchets

Les produits Vision Fitness sont recyclables. A la fin de sa durée d`utilisation, remettez l´appareil à un centre de gestion de déchets correct (collecte locale).

NL: Verwijderingsaanwijzing

Vision Fitness producten zijn recycleerbaar. Breng het apparaat aan het einde van de gebruiksduur naar een op recycling gespecialiseerd bedrijf (plaatselijk verzamelpunt).

ES: Informaciones para la evacuaciòn

Los productos de Vision Fitness son riciclables. Cuando se termina la vida ùtil de un aparato o una màquina, entrèguelos an una impresa local de eleimina-ciòn de residuos para su reciclaje.

IT: Indicazione sullo smaltimento

I prodotti Vision Fitness sono reciclabill. Quando l`apparecchio non servirà più, portatelo in un apposito punto di raccolta della Vostra città (Punti di raccolta comunall).

PL: Wskazòwka dotyczàca usuwania odpadòw.

Producty firmy Vision Fitness podlegajà recyklingowi. Pod koniec okresu o`ywalnoÈcl pros`z oddac urzàdzenie do wlaÈciwego punkto usuwania od-padòw (lokalny punkt zbiorczy).



KONTAKT

go with confidence

Johnson Health Tech. GmbH
Europaallee 51
50226 Frechen

Allgemeine Informationen:
Telefon: 02234-9997-100
Email: info@johnsonfitness.eu

Technik-Hotline:

Telefon: 02234-9997-500
Email: support@johnsonfitness.eu
Telefax: 02334-9997-200

www.johnsonfitness.eu

